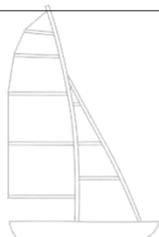
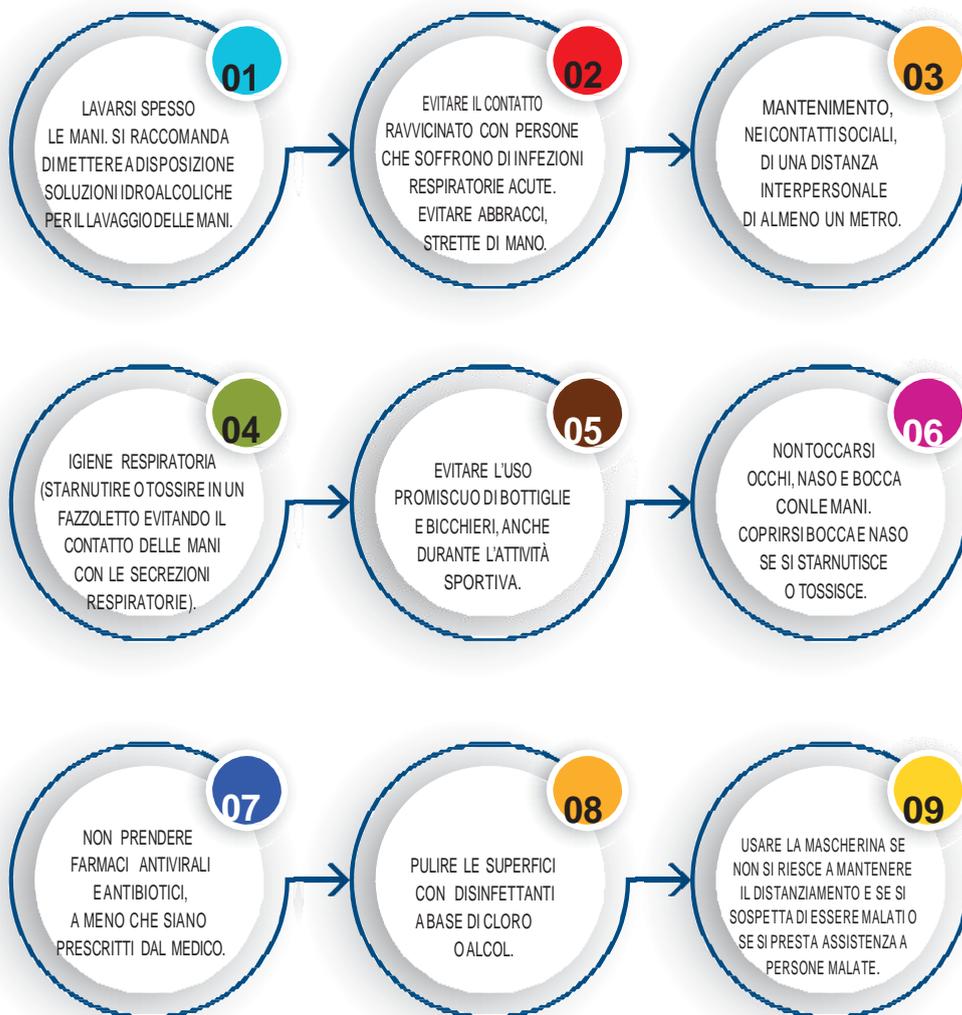




Federazione Italiana Vela

Allegato 1 VADEMECUM

Misure igienico-sanitarie:



ALLEGATO 1- INFORMAZIONE PREVENTIVA

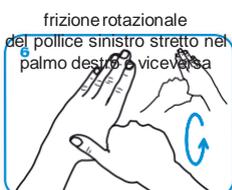


Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

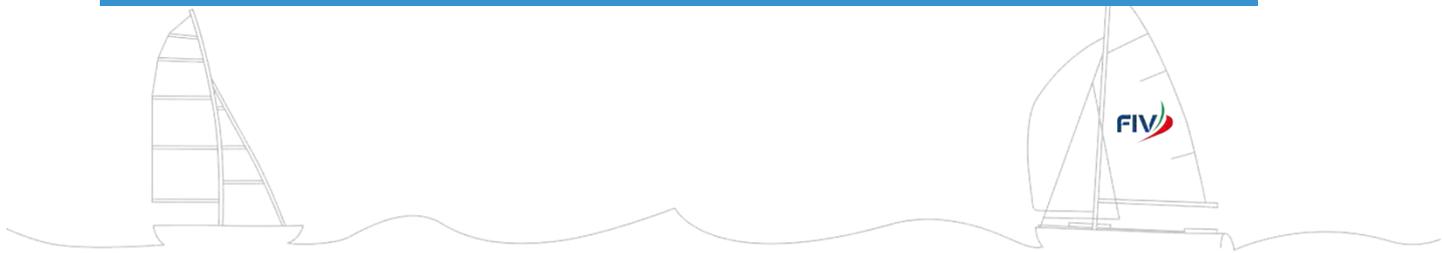


Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

<p>0 Bagna le mani con l'acqua</p> 	<p>1 applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani</p> 	<p>2 friziona le mani palmo contro palmo</p> 
<p>3 il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa</p> 	<p>4 palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro</p> 	<p>5 dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro</p> 
<p>6 frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa</p> 	<p>7 frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa</p> 	<p>8 Risciacqua le mani con l'acqua</p> 
<p>9 asciuga accuratamente con una salvietta monouso</p> 	<p>10 usa la salvietta per chiudere il rubinetto</p> 	<p>11 ...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.</p> 

WORLD ALLIANCE
for **PATIENT SAFETY**







ALCUNE SEMPLICI RACCOMANDAZIONI PER CONTENERE IL CONTAGIO DA CORONAVIRUS

- LAVATI SPESSO LE MANI CON ACQUA E SAPONE O USA UN GEL A BASE ALCOLICA**
- EVITA CONTATTI RAVVICINATI MANTENENDO LA DISTANZA DI ALMENO UN METRO**
- NON TOCCARTI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI**
- EVITA LUOGHI AFFOLLATI**
- EVITA LE STRETTE DI MANO E GLI ABBRACCI FINO A QUANDO QUESTA EMERGENZA SARÀ FINITA**
- COPRI BOCCA E NASO CON FAZZOLETTI MONOUSO QUANDO STARNUTISCI O TOSSISCI. ALTRIMENTI USA LA PIEGA DEL GOMITO**

SE HAI SINTOMI SIMILI ALL'INFLUENZA RESTA A CASA, NON RECARTI AL PRONTO SOCCORSO O PRESSO GLI STUDI MEDICI, MA CONTATTA IL MEDICO DI MEDICINA GENERALE, I PEDIATRI DI LIBERA SCELTA, LA GUARDIA MEDICA O I NUMERI REGIONALI



[SALUTE.GOV.IT/NUOVOCORONAVIRUS](https://salute.gov.it/nuovocoronavirus)



Ministero della Salute

